

# 港区立高齢者在宅サービスセンター白金の森 平成28年5月 プログラム予定表

 <b>健康なからだづくり</b> <b>機能訓練</b>	 <b>生きがいづくり</b> <b>趣味サークル活動</b>	 <b>気分転換・地域・社会交流</b> <b>レクリエーション・行事等</b>
11:15～★ふぉーゆー体操&口腔体操★ 毎日実施中!!  ※要支援の方には13:30～運動器機能向上プログラム実施中	☆カラオケ ☆園芸 ☆俳句 ☆トランプ ☆クロスワード ☆読書 ☆百人一首 ☆手工芸 ☆編み物 ☆麻雀 ☆囲碁 ☆将棋 ☆絵画 ☆塗り絵 ☆カレンダー作成	5日は端午の節句の催しをします。何をすることは乞うご期待!! 21日のストレッチダンススペシャルではカルメンのダンスとコーヒールンバの生演奏があります。お楽しみに♪

 <b>暮らしを支える</b> <b>生活基盤サービス</b>	 <b>お得情報など</b> <b>お知らせ</b>
★ヘアカット ★延長夕食提供サービス(毎日実施中)	18日(水)と20日(金)の二日間理美容がございます。ご希望の方は一週間前までに職員までお声をかけて下さい。 (カットのみ1,945円、仕上げ付きカット2,700円、シャンプー付きカット4,645円)

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
ストレッチダンス	フラワーアレンジメント	中村式HAPPY教室	端午の節句の催し	カレンダー作成	カレンダー作成
9	10	11	12	13	14
カレンダー作成	ラジェンマコンサート(オペラ)14:00～食堂	フラワーアレンジメント	折り紙	紙芝居(寿々方先生)	ストレッチダンス
16	17	18	19	20	21
書道&尺八	内野様コンサート	車椅子椅子ダンス	押し花	フラワーセラピー 14:00～食堂	ストレッチダンス スペシャル
23	24	25 お風呂の日	26 お風呂の日	27 お風呂の日	28 お風呂の日
ネイル	朗読	ヒロセ様による歌会	日本舞踊	フラワーアレンジメント	輪投げ
30 お風呂の日	31 お風呂の日				
ゲーゴル	白金台幼稚園交流会				

※当日のプログラムは変更になる場合がございます。予めご了承下さい

港区立高齢者在宅サービスセンター白金の森 03-3449-9615